

美食最憶是揚州

揚州是美食之都，吃貨的天堂！揚州人喜歡吃也懂得吃。揚州菜少見山珍海饈，選料家常，以豬鵝河魚四季蔬菜為主。每戶尋常百姓家的祖母母親均是廚林高手，能把平凡食材變為碟碟佳餚。在揚州上館子，不必特意找所謂米其林星級派頭。能讓您吃得精彩痛快、難以忘懷的食府比比皆是。每趟揚州之行皆令我舌尖味蕾大動，色香味美的料理烙印在記憶深處，令人魂牽夢縈！

揚州菜屬淮揚菜系，與粵、魯和川菜組成中國四大幫菜。揚州人重生活閒情，愛飲早茶嘗點心，去「三春」品茗由來已久。「三春」是指「冶春」、「富春」和「錦春」三間百年茶社，我們挑選了位在天寧寺御碼頭旁的冶春茶社，座落於幽幽庭院，小秦淮河在旁緩流，數間古老建築由短廊月洞門相連，環境寧靜。冶春開業於1877年，至今已超越一百二十多年！此茶室著名的是綠楊春茶和七種包點，包括三丁包、蟹黃包、香菇菜包、細沙包、蒸餃和翡翠燒賣，樣樣精巧到家、匠心傳承。翡翠燒賣和千層油糕號稱「揚州雙絕」，必要一嚐。翡翠燒賣以新鮮青菜和火腿末拌入熟豬油為餡心，皮薄玲瓏。而千層油糕創於清朝光緒年間，有近百年歷史。糕分六十四層，層層糖油相間，甜香細膩。三丁包則是用雞丁、豬肉丁和筍丁做餡的蒸包；而五丁則在三丁外再加蝦丁和海參丁。到揚州不吃包子，如同從沒來過！

揚州包子和其它小吃固然吸引，家傳戶曉的淮揚主菜更不可錯過。揚州是淮揚菜的故鄉，地處淮河和長江下游流域，水鄉縱橫，泥土肥沃，是一天然食材寶庫。淮揚菜精於粗料細作，講求刀工、調味、火候。名菜「文思豆腐」相傳出自天寧寺文思和尚的創意，以沒法想象的精湛刀法把嫩豆腐切成長細如發絲，放在用老雞烹調的高湯，加入金針絲、木耳絲、青菜絲等等燒煮而成。浮在湯里的豆腐如千絲萬縷、綻放的秋菊花瓣般漂亮！

另一揚州地道必嘗菜是「大煮乾絲」，亦以豆腐為食材，但所用是豆腐乾，要求講究的廚師更只會用揚州當地出產的腐乾。首先把豆腐乾（當地人叫大白乾）橫片出28至32塊，再切成像火柴棍大小的細絲，切配標準不容有差誤。接著配以雞絲、火腿絲和筍絲，在老母雞湯內「浸燙」和「煮」，火候一慢一緊，文武兼用。另一做法則只是把乾絲燙熟，澆上鹵汁和香油，成為清新可口的「燙乾絲」。

此外，獅子頭、清炒河蝦、揚州風鵝、三套鴨（鴿子和野鴨去骨，鴿子填入野鴨肚內；野鴨再填入家鴨內，慢火燉成湯）、寶應鱈魚面（又名長魚面）、揚州燒餅等等，林林總總，花樣繁多，讓人食指大動！而最具代表揚州特色風味的當然算是「揚州炒飯」，一道在海外絕大多數中餐館必備的經典名飯！相傳揚州炒飯始於隋朝，經歷對選料和製作的改良創新，現已變成多種用料和炒法。依據揚州市烹飪協會所訂的參考標準，揚州炒飯的主料是秈米飯和鮮雞蛋三至四隻；而揚州風味的配料則包括上漿湖蝦仁、中國火腿、雞腿肉、青豌豆、花菇、鮮竹筍、水發海參和水發干貝八種。這標準在不同的地區可能因配料的供應選擇而有所不同。比如說在香港或廣州的「粵式」揚州炒飯常常是加入叉燒粒和大量蔥花的，但正宗的揚州炒飯是沒這份兒。揚州還有一道名「金裹銀蛋炒飯」，以蛋炒飯，使粒粒米飯外均裹上金黃色的雞蛋，如碎金閃爍，所以古時又稱「碎金飯」。

揚州有眾多歷史悠久的食府，亦有不少後起新秀，各家精益求精，把揚州美食發揮得淋漓盡致，吃出百年味道！「西園飯店」的揚州炒飯顆粒分明，軟硬適度；「獅子樓」的紅燒獅子頭嫩滑汁濃；「街南書屋」內「看山樓」的芙蓉河蝦和秧草鱈魚新鮮甜美；「盧氏古宅」（由建於1897年的鹽商老宅轉型為宴會廳）的文思豆腐羹與糯米香薰鴨等等讓人念念不忘，回味無窮！在東關老街上擺檔的「小六子老鵝」老闆是一個年青小伙子，但卻身手不凡，做出的鹽水鵝入味肉嫩，把「南鴨揚鵝」（即南京以吃鴨取勝，揚州則吃鵝名揚天下！）的歷史招牌繼續傳承！離小六子鵝檔不遠處的「四美醬園」開業於1817年嘉慶年間，自家醃制的「三和四美醬菜」是老揚州飯桌上不可缺少的！揚州美食處處飄香；往揚州遊玩，準備增磅吧！



1. 冶春早茶
2. 冶春茶室的點心
3. 到揚州不吃包子，如同從沒來過！
4. 翡翠燒賣
5. 東關街上的蒸點心攤檔，熱氣騰騰
6. 揚州炒飯的材料
7. 四季時令水果
8. 盧氏鹽商的故居，現改為私房菜館
9. “小六子老鵝”是年青人創業的典範
10. 揚州獅子頭
11. 燙乾絲
12. 鮮河蝦
13. 刀功出神入化的文思豆腐
14. 海鮮大煮乾絲